گوبھی گوشت

گوبھی گوشت، گوبھی آلو اور گوبھی کا سادہ سالن بنانا ہر کوئی جانتا ہے لیکن آج ہم آپ کو بتانے جا رہے ہیں ایک ایسی ریسیپی جو برِصغیر میں مغلوں کے دور میں بھی بہت زیادہ پسند کی جاتی تھی۔ اس کھانے کو بنانے ولاے شیف کو مہینے میں اضافی تنخواہ دی جاتی تھی کیونکہ یہ کھانا اتنا مزیدار ہوتا تھا کہ راجہ کھانے کے لئے اضافی مراعات بھی دے دیا کرتے تھے۔ اس کھانے کے اجزات زیادہ ہیں لیکن ذائقہ کسی طور کم نہیں ہے۔

اجزاء:

پھول گوبھی،

آئل،

ہری مرچ،

ہرا دھنیا،

لال مرچ پاؤڈر،

کالی مرچ،

لونگ،

دارچینی،

جائفل جاوتری پسی ہوئی،

لہسن ادرک کا پیسٹ،

کٹی ہوئی ادرک،

ٹماٹر 4 سے 6 کا پیسٹ،

دہی 1 پیالہ،

مکھن،

کھانے کا رنگ،

شملہ مرچ،

پیاز،

سرکہ،

چلی ساس،

بادیان کا پھول،

کڑاہی مصالحہ،

ہری پیاز،

لیموں کا رس،

ہلدی،

دھنیا،

ثابت لال مرچ،

گوشت (گائے کا حسبِ ضرورت) ۔

ترکیب:

⭑ سب سے پہلے گوبھی کو دھو کر خُشک کرلیں۔

⭑ گوشت کو بھی صاف کرنے اور دھونے کے بعد کچھ دیر کھلا رکھ دیں۔

⭑ ایک پیالے میں دہی، سرکہ، اور کڑاہی مصالحہ مکس کریں اور اس کو گوشت میں اچھی طرح میرینیٹ کرکے رکھ دیں۔

⭑ اب ایک کڑاہی میں آئل گرم کریں، اس میں پیاز ڈال کر اچھی طرح بھون لیں اور پیاز کو الگ پلیٹ میں نکال کر رکھ لیں۔

⭑ اب دہی اور ٹماٹر کا پیسٹ اچھی طرح مکس کریں اور آئل میں ڈال کر اچھی طرح پکائیں۔

⋆ اب ہری مرچ، کالی مرچ، لال مرچ پاؤڈر، زیرہ، ہلدی، دھنیا، سرکہ، چلی ساس، لونگ، بادیان کا ایک پھول، جائفل اور جاوتری کا پاؤڈر، دارچینی، ادرک لہسن کا پیسٹ ڈال کر اچھی طرح گریوی کو بھونیں۔

⋆ کڑاہی میں کٹی ہوئی گوبھی ڈال کر اس کو آئل میں 5 سے 10 منٹ کیلئے اچھی طرح فرائی کرلیں۔

⋆ اب فرائی کی گئی گوبھی کو سالن کی گریوی میں ڈال کر اچھی طرح مکس کریں اور 7 سے 8 منٹ تک اچھی طرح پکالیں۔

⋆ اب مکھن شامل کرکے 3 سے 4 منٹ کیلئے دم پر رکھ دیں۔

⋆ لیجیے مہارانی گوبھی کڑاہی بن کر تیار ہے اب اس کو ہرا دھنیا، ہری پیاز اور شملہ مرچ ڈال کر سروو کردیں۔

0307-8162003